



Mincir Sainement Avec Le Regime Okinawa: Les Secrets Pour Vivre En Forme Jusqu a 100 ANS Et Plus - Inclus 21 Recettes Minceur (Paperback)

By Azako Domo

Createspace Independent Publishing Platform, United States, 2016. Paperback. Condition: New. Language: French . Brand New Book ***** Print on Demand *****.Dans Mincir sainement avec le regime Okinawa: Les secrets pour vivre en forme jusqu a 100 ans et plus - un ouvrage specialement concu pour aller a l essentiel et maximiser vos resultats - vous decouvrirez avec delectation qu il ne faut pas necessairement chambouler votre facon de manger ou faire preuve d une discipline de fer, digne de l armee pour perdre du poids, atteindre et maintenir votre poids ideal et peter la forme. C est toute la magie du regime Okinawa. Au passage, notez bien que le titre de cet ouvrage parle de MINCIR et non de MAIGRIR. Pourquoi? Et bien c est tres simple: preferez-vous que l on dise de vous que vous etes mince ou maigre? Mince evidemment! Pourquoi? Et bien parce que le mot mince indique une taille fine, une silhouette svelte et une certaine tonicite. Le mot maigre evoque au contraire de la fragilite, d importants efforts et un stock energique plutot limite. Concretement, vous vous trouvez a un clic des revelations suivantes: - Comment affiner votre silhouette et proteger votre sante de maniere...



READ ONLINE
[8.37 MB]

Reviews

This book is fantastic. It normally fails to price excessive. Your daily life span will likely be enhance once you total reading this publication.
-- **Heath Prosacco**

The ideal ebook i actually read through. It really is writter in simple words and phrases and not confusing. Its been written in an remarkably simple way and it is just after i finished reading this ebook where in fact modified me, affect the way i think.
-- **Alice Cremin**